

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

チャーシューレタス炒飯

調理時間

15分

1人分

606kcal



※写真はイメージです。

春の旬食材



レタス

+

使ったのはコレ!



味の素
Cook Do
香味ペースト

チャーシューレタス炒飯

材料/2人分

ご飯	400g
チャーシュー	100g
レタス	2枚(60g)
卵	2個
ねぎのみじん切り	1/4本分
味の素 Cook Do 香味ペースト	
	24cm(17g)
サラダ油	大さじ1と1/2

作り方

- ①チャーシューは1cm角に切り、レタスはひと口大にちぎる。ボウルに卵を割りほぐす。
- ②フライパンに油大さじ1/2を熱し、①のチャーシューを入れて炒め、いったん取り出す。
- ③フライパンに油大さじ1を熱し、①の溶き卵を入れ、半熟状になったら、ご飯、②のチャーシュー、ねぎを加えてよく炒め合わせる。
- ④「味の素 Cook Do 香味ペースト」を加えて混ぜ、①のレタスを加えてサッと炒め合わせる。